

# 2019年度 12月分 学校給食予定献立表 (アレルギー用)



※○印または由来する食品を記載しています。調味料欄、備考欄、注意事項も併せてご確認ください。

| 日曜日     | こんだて              | 卵    | 乳乳製品 | 小麦    | そば | 落花生ナッツ類 | 大豆      |      | ごま    | 鶏肉牛肉 | えびかに | いかたこ            | 魚                                | 貝類 | 米   | 野菜 | やまいもさといも | 果物                        | 調味料類  | 備考   |
|---------|-------------------|------|------|-------|----|---------|---------|------|-------|------|------|-----------------|----------------------------------|----|-----|----|----------|---------------------------|---|--|
|         |                   |      |      |       |    |         | 大豆大豆製品  | 豆乳   |       |      |      |                 |                                  |    |     |    |          |                           |   |  |
| 2月      | 平うどん              |      |      | ○     | ▲  |         |         |      |       |      |      |                 |                                  |    |     |    |          |                           |   | ▲めん工場では、「そば」も製造しています。  |
|         | カレー南蛮             |      |      | 南蛮カレー |    |         | 油揚げ     | チャツネ |       | 鶏肉   |      |                 | なると(すけそうだら、いとよりだい)南蛮カレー(かつおエキス)  |    |     |    |          | チャツネ(レモン、レーズン、りんご)        | 大豆油<br>だし汁<br>エブリイカレールウ<br>しょうゆ   |  |
|         | ぎゅうにゅう            |      | ○    |       |    |         |         |      |       |      |      |                 |                                  |    |     |    |          |                           |   |  |
|         | ちくわの磯辺揚げ          | 鶏卵   |      | ○     |    |         |         |      |       |      |      |                 | すけとうだら、わらずか、さんま、いとよりだい、きんときだい、えそ |    |     |    |          |                           | 大豆油   | ちくわに卵、小麦粉、青のりをつけて、油で揚げます。  |
|         | 塩だれキャベツ           |      |      |       |    |         |         |      | ごまごま油 |      |      |                 |                                  |    |     |    |          |                           | しょうゆ  | 野菜を、しょうゆ、ごま、ごま油で和えます。  |
| みかんのタルト | ○                 | ○    | ○    | ○     |    |         | ○       |      |       |      |      |                 |                                  | 米粉 |     |    | みかん      |                           |   |  |
| 3月      | ごてんばコシヒカリごはん      |      |      |       |    |         |         |      |       |      |      |                 |                                  |    | ○   |    |          |                           |   |  |
|         | ぎゅうにゅう            |      | ○    |       |    |         |         |      |       |      |      |                 |                                  |    |     |    |          |                           |   |  |
|         | ごぼうメンチカツ          |      |      | ○     |    |         | ○       |      |       | 鶏肉   |      |                 |                                  |    |     |    |          |                           | 大豆油   |  |
|         | つきこんにゃくの炒め煮       |      |      |       |    |         |         |      | ごまごま油 |      |      |                 |                                  |    |     |    |          |                           | 大豆油<br>大豆油<br>しょうゆ  |  |
|         | いわしのつみれ汁          |      |      |       |    |         | いわしボール  |      |       |      |      |                 | いわしボール(まいわし、すけそうだら)              |    |     |    |          | さといも                      | だし汁<br>みそ   |  |
| 4月      | 玄米入り角型食パン         |      | ○    | ○     |    |         |         |      |       |      |      |                 |                                  |    | 玄米  |    |          |                           |   | パンに玄米と砂糖が練り込まれています。  |
|         | ぎゅうにゅう            |      | ○    |       |    |         |         |      |       |      |      |                 |                                  |    |     |    |          |                           |   |  |
|         | チキンのオニオンマスターソース   |      | バター  |       |    |         |         |      |       | 鶏肉   |      |                 |                                  |    |     |    |          | マスタード(レモン)                | 白ワイン<br>コンソメ<br>しょうゆ<br>大豆油<br>しょうゆ                                       | 焼いた鶏肉に、オニオンマスターソースをかけます。   |
|         | ごてんばハムと野菜のサイコロソテー |      |      |       |    |         |         |      |       |      |      |                 |                                  |    |     |    |          |                           | 大豆油<br>ブイヨン<br>スープストック<br>白ワイン<br>しょうゆ                                    |  |
|         | ポトフ               |      |      |       |    |         |         |      |       |      |      |                 |                                  |    |     |    |          |                           |   |  |
| 5月      | ごてんばコシヒカリごはん      |      |      |       |    |         |         |      |       |      |      |                 |                                  |    | ○   |    |          |                           |   |  |
|         | ぎゅうにゅう            |      | ○    |       |    |         |         |      |       |      |      |                 |                                  |    |     |    |          |                           |   |  |
|         | さばのみそ煮            |      |      |       |    |         | ○       |      |       |      |      |                 | さば                               |    |     |    |          |                           |   |  |
|         | 煮びだし              |      |      |       |    |         | 油揚げ     |      |       |      |      |                 | かつお節                             |    |     |    |          |                           | しょうゆ<br>だし汁   |  |
|         | 和風たまごスープ          | 鶏卵   |      |       |    |         | 豆腐      |      |       | 鶏肉   |      |                 | なると(すけそうだら、いとよりだい)               |    |     |    | もやし      |                           | 大豆油<br>だし汁<br>しょうゆ  |  |
| 6月      | ごてんばコシヒカリごはん      |      |      |       |    |         |         |      |       |      |      |                 |                                  |    | ○   |    |          |                           |   |  |
|         | ソースかつ丼            | ヒレカツ |      | ヒレカツ  |    |         | ヒレカツ    |      |       |      |      |                 |                                  |    |     |    |          |                           | 大豆油<br>中濃ソース<br>ウスターソース<br>ケチャップ  | ヒレカツにソースをかけます。   |
|         | ぎゅうにゅう            |      | ○    |       |    |         |         |      |       |      |      |                 |                                  |    |     |    |          |                           |   |  |
|         | ひじき和え             |      |      | しそひじき |    |         | しそひじき   |      |       |      |      |                 |                                  |    |     |    |          |                           | しょうゆ  | 野菜をひじきの佃煮としょうゆで和えます。   |
|         | 打ち豆汁              |      |      |       |    |         | 大豆(打ち豆) | 油揚げ  |       |      |      |                 |                                  |    |     |    |          |                           | だし汁<br>みそ   | 打ち豆(大豆)が入ったみそ汁です。  |
| 9月      | 羽二重餅              |      |      |       |    |         | ○       |      |       |      |      |                 |                                  |    | もち米 |    | さといも     |                           |   |  |
|         | 麦ごはん              |      |      |       |    |         |         |      |       |      |      |                 |                                  |    | ○   |    |          |                           |   |  |
|         | チキンカレー            |      | 脱脂粉乳 |       |    |         |         | チャツネ |       | 鶏肉   |      |                 |                                  |    |     |    |          | りんご<br>チャツネ(レモン、レーズン、りんご) | 大豆油<br>コンソメ<br>赤ワイン<br>ケチャップ<br>中濃ソース<br>エブリイカレールウ<br>ハイグレードカレールウ<br>しょうゆ |  |
|         | ぎゅうにゅう            |      | ○    |       |    |         |         |      |       |      |      |                 |                                  |    |     |    |          |                           |   |  |
|         | じゃこと大豆の揚げ煮        |      |      |       |    |         |         | 大豆   |       |      |      | ▲かたくちいわし(えび、かに) | かたくちいわし<br>▲かたくちいわし(魚介類)         |    |     |    |          |                           | 大豆油<br>しょうゆ   | ※かたくちいわしは、えび、かに、魚介類が混ざる漁法で採取しています。<br>揚げた大豆と煎ったかたくちいわしを、砂糖としょうゆで作ったタレとからめます。 |
| ツナソテー   |                   |      |      |       |    |         |         |      |       |      |      | まぐろ             |                                  |    |     |    |          | 大豆油<br>しょうゆ               |   |  |



| 日曜日      | こんだて         | 卵 | 乳製品               | 小麦       | そば               | 落花生<br>ナッツ類 | 大豆         |              | ごま        | 鶏肉<br>牛肉 | えび<br>かに | いか<br>たこ      | 魚   | 貝類 | 米  | 野菜 | やまいも<br>さといも | 果物   | 調味料類                        | 備考   |  |
|----------|--------------|---|-------------------|----------|------------------|-------------|------------|--------------|-----------|----------|----------|---------------|-----|----|----|----|--------------|------|-----------------------------|--|--|
|          |              |   |                   |          |                  |             | 大豆<br>大豆製品 | 豆乳           |           |          |          |               |     |    |    |    |              |      |                             |  |  |
| 19<br>木  | ごてんばコシヒカリごはん |   |                   |          |                  |             |            |              |           |          |          |               |     |    | ○  |    |              |      |                             |  |  |
|          | ぎゅうにゅう       |   | ○                 |          |                  |             |            |              |           |          |          |               |     |    |    |    |              |      |                             |  |  |
|          | さわらの幽庵焼き     |   |                   |          |                  |             |            |              |           |          |          |               | さわら |    |    |    |              | ゆず   | しょうゆ                        | 焼いたさわらにゆず風味のたれをかけます。                                 |  |
|          | れんこんのきんぴら    |   |                   |          |                  |             |            |              | ごま<br>ごま油 |          |          |               |     |    |    |    |              | れんこん | 大豆油<br>しょうゆ<br>だし汁          |  |  |
| 20<br>金  | かぼちゃのみそ汁     |   |                   |          |                  |             |            | 豆腐           |           |          |          |               |     |    |    |    |              | かぼちゃ | だし汁<br>みそ                   |  |  |
|          | りんごチップロールパン  |   | ○                 | ○        |                  |             |            |              |           |          |          |               |     |    |    |    |              |      |                             | りんご  | パンにりんごチップが練り込まれています。                   |
|          | ぎゅうにゅう       |   | ○                 |          |                  |             |            |              |           |          |          |               |     |    |    |    |              |      |                             |  |  |
|          | オムレットトマトソース  | ○ |                   |          |                  |             |            | ○            |           |          |          |               |     |    |    |    |              | トマト  | トマトピューレ<br>中濃ソース<br>スープストック | オムレットにトマトソースをかけます。                                   |  |
| 23<br>月  | ミックスベジタブル    |   | バター               |          |                  |             |            | 枝豆           |           |          |          |               |     |    |    |    |              |      |                             | しょうゆ   |  |
|          | 白菜のクリームシチュー  |   | 肉団子<br>牛乳<br>脱脂粉乳 | 肉団子      |                  |             |            | 肉団子          |           | 肉団子(鶏肉)  |          |               |     |    |    |    |              |      |                             | 大豆油<br>ベシヤメルソース<br>コンソメ                              |  |
|          | ごてんばコシヒカリごはん |   | ○                 |          |                  |             |            |              |           |          |          |               |     |    | ○  |    |              |      |                             |  |  |
|          | ぎゅうにゅう       |   | ○                 |          |                  |             |            |              |           |          |          |               |     |    |    |    |              |      |                             |  |  |
| 24<br>火  | だらの中華あんかけ    |   |                   |          |                  |             |            |              | ごま油       |          |          |               | たら  |    |    |    |              |      |                             | 大豆油<br>中華スープ<br>しょうゆ                                 | 揚げたらに中華あんをかけます。                        |
|          | 野沢菜炒め        |   |                   | 野沢菜漬     |                  | 野沢菜漬        |            | 野沢菜漬         | ごま油<br>ごま |          |          | 野沢菜漬(かつお節エキス) |     |    |    |    |              |      |                             |  | 野沢菜漬をごま油で炒め、ごまをふります。                   |
|          | ワンタンスープ      |   |                   | ワンタン     |                  | ワンタン        |            | ワンタン         |           |          |          |               |     |    |    |    |              |      |                             | 焼き豚(しょうゆ)<br>大豆油<br>パイタン<br>とりがらスープ<br>中華スープ<br>しょうゆ |  |
|          | コーンピラフ       |   | コーンピラフの具          | コーンピラフの具 |                  | コーンピラフの具    |            | コーンピラフの具(鶏肉) |           |          |          |               |     |    | ○  |    |              |      |                             |  | どうもろこし、たまねぎ、鶏肉、グリーンピース、赤ピーマンが入ったピラフです。 |
| 24<br>火  | えびクリーム       |   | 牛乳                |          |                  |             |            |              |           |          | えび       |               |     |    |    |    |              |      |                             | 大豆油<br>白ワイン<br>コンソメ<br>ベシヤメルソース                      | えびの入ったクリームソースです。                       |
|          | ぎゅうにゅう       |   | ○                 |          |                  |             |            |              |           |          |          |               |     |    |    |    |              |      |                             |  |  |
|          | 照り焼きチキン      |   |                   |          |                  |             | ○          |              |           | 鶏肉       |          |               |     |    |    |    |              |      |                             | 大豆油<br>ブイヨン<br>コンソメ<br>白ワイン<br>しょうゆ                  |  |
|          | コンソメスープ      |   |                   |          |                  |             |            |              |           |          |          |               |     |    |    |    |              |      |                             |  |  |
| クリスマスケーキ |              |   |                   |          | ココアパウダー<br>カカオマス | ○           | ○          |              |           |          |          |               |     |    | 米粉 |    |              |      |                             | チョコスポンジにチョコクリームを重ねたケーキです。                            |  |

【アレルギー献立表についての注意事項】必ずお読みください。

- 魚:魚全般について表示します。
- 貝類:ほたて、あさり、かき、しじみなどの二枚貝について表示します。
- 野菜:なす、れんこん、トマト、もやし、きゅうり、かぼちゃ、セロリーについて表示します。
- 果物:果物全般について表示します。
- [米]は、原材料で使用している場合のみ記載しています。調味料やエキス等の場合は記載していません。
- よく使用する調味料類については、下記の表の原材料を使用しています。これらの食品については、各項目への○印の表示はしていません。使用の際は、調味料類欄に記入してありますのでご確認ください。

| だし汁   | さば節、かつお節、いわし節、むろ節、まぐろ  | スープストック | 大豆、トマト、鶏肉     | クッキングトマトソース | トマト     | 赤ワイン・白ワイン   | ぶどう                         | ハヤシフレーク | 小麦、大豆、トマト | フィヨン    | 鶏肉・セロリー |
|-------|------------------------|---------|---------------|-------------|---------|-------------|-----------------------------|---------|-----------|---------|---------|
| パイタン  | 大豆、鶏肉                  | コンソメ    | トマト、魚醤パウダー、鶏肉 | 中濃ソース       | トマト、りんご | ハイグレードカレールウ | 小麦、乳、大豆、トマト<br>ココナッツミルクパウダー | しょうゆ    | 小麦、大豆     | チンタン    | 鶏肉      |
| 中華スープ | 大豆、ごま、トマト<br>魚醤パウダー、鶏肉 | ケチャップ   | トマト           | ろし付 中濃ソース   | りんご、トマト | ベシヤメルソース    | 乳、大豆、小麦<br>ほたてエキス           | みそ      | 大豆        | とりがらスープ | 鶏肉      |
|       |                        | トマトピューレ | トマト           | ウスターソース     | トマト、りんご | エブリカレールウ    | 小麦、大豆                       |         |           |         |         |

- いくらは、学校給食では基本的に使用しませんので、チェックの項目に入っていません。もし使用する場合は備考欄に記載します。
- 給食センターでは、油は大豆油を使用しています。
- 揚げ油は、使用後はろ過し、足りない分は次回繰り足して使用しています。汚れ具合を見て廃油にしています。次の揚げ物も、同じ油を使用しますので、重度のアレルギーの方は、前回の揚げ物の内容にご確認ください。
- 麺類は、そばが原材料には入りませんが、同じ工場ですべてのそばを使用した製品を製造しています。麺類はそばが混入する可能性もあるので、重度のそばアレルギーの方は避けてください。
- パンや麺類は、たまごが原材料には入りませんが、製造工場ではたまごを使用した製品を製造しています。
- 魚介エキスが調味料や加工食品に含まれているものもあります。詳しくはお問い合わせください。
- 給食センターでは、現在、除去食等の提供はしていません。すべての食材を同じ調理場内で取り扱っていますので、重度のアレルギーの方はご注意ください。
- アレルギー物質が原材料に入らなくても、同じ工場ですべてのアレルギー物質を含む製品を製造している場合があります。献立表には特に記載していませんので、重度のアレルギーの方は、お問い合わせください。
- この献立表は、コンタミ(※)については特に表示していません。
- ※コンタミ:コンタミネーションの略で、原材料には使用していないが、食物アレルギーとなる食材が、意図せず、ごく微量に混入してしまうこと。
- ★ 詳しくは南学校給食センター(0550-78-6689)までお問い合わせください。

